

03631

**DIPLOMA IN NUTRITION AND
HEALTH EDUCATION**

Term-End Examination

December, 2013

DNHE-1 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY

Time : 3 hours

Maximum Marks : 100

Note : Attempt five questions in all. Question No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.

1. (a) Define each of the following : 10
- (i) Hormone
 - (ii) Recommended Dietary Intake
 - (iii) Nutrition Education
 - (iv) Oedema
 - (v) Pectin
- (b) Fill in the blanks : 5
- (i) One gram of carbohydrates provides approximately _____ Kcal.
 - (ii) _____ is a protein and iron containing compound present in blood.
 - (iii) _____ is also called the "Sunshine Vitamin".
 - (iv) The normal fasting blood glucose level is _____.

- (v) The astringent feeling in the mouth when we sip strong Indian tea without milk is due to the presence of _____ in tea.
- (c) List five steps involved in growth monitoring. **5**
2. Explain each of the following : **5+5+5+5**
- (a) Protein sparing action of carbohydrates.
 - (b) Nutrients : Action, Interaction and Balance.
 - (c) Role of water in our body.
 - (d) Digestion of proteins in the body.
3. Give reasons for the following : **4+4+4+4+4**
- (a) "Simplest classification of food is based on nutrients function".
 - (b) Iron influences the work capacity.
 - (c) Vitamin A is essential for maintaining normal vision.
 - (d) Cereal-pulse combination improves the protein quality of a diet.
 - (e) RDI's for energy and protein are given as additional intakes in pregnancy and lactation.
4. (a) What is meal planning ? Discuss the aims of meal planning giving a suitable example. **8**

- (b) Which nutrients are of particular importance for the following groups ? Give suitable justifications. **4+4+4**
- (i) Infancy
 - (ii) Adolescent girl
 - (iii) Elderly
5. (a) Explain the factors that influences food budget. **6**
- (b) List the points to be kept in mind while purchasing the following foods : **3+3+3**
- (i) Cereals and millets
 - (ii) Fats and oils
 - (iii) Fruits and vegetables
- (c) Discuss various causes of food spoilage. **5**
6. (a) Describe the causes and clinical features of the following : **4+4+4**
- (i) Xerophthalmia
 - (ii) Pellagre
 - (iii) Rickets
- (b) Discuss the dietary management of the following : **4+4**
- (i) Obesity
 - (ii) Hypertension

7. (a) Describe the major features of the following nutrition programmes : 5+5+5
- (i) ICDS
 - (ii) MDM
 - (iii) IDD control programme
- (b) Explain briefly the two commonly used anthropometric measurements in the assessment of nutritional status of pre-school children. 5
8. Write short notes on *any four* of the following :
- (a) Common techniques used for preservation of food. 5+5+5+5
 - (b) Estimating energy requirements of adults
 - (c) Lathyrism
 - (d) PEM in children
 - (e) Role of grades, brands and labels in food purchase.
-

पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा में डिप्लोमा

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2013

डी.एन.एच.ई.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न 1 अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. (a) निम्नलिखित को परिभाषित करें : 10
- (i) हारमोन
- (ii) प्रस्तावित दैनिक मात्रा
- (iii) पोषण शिक्षा
- (iv) शोफ
- (v) पैक्टिन
- (b) रिक्त स्थान भरिए : 5
- (i) एक ग्राम कार्बोज अनुमानित _____ किलो कैलोरी प्रदान करता है।
- (ii) _____ एक प्रोटीन तथा लौह तत्व युक्त यौगिक है जो रक्त में पाया जाता है।
- (iii) _____ को “सनशाईन विटामिन” भी कहा जाता है।

(iv) बिना कुछ खाए-पिए शरीर में रक्त में ग्लूकोज का सामान्य स्तर _____ होता है।

(v) बिना दूध की कड़क भारतीय चाय पीने पर मुँह में जो कषाय स्वाद आता है, वह _____ की वजह से होता है।

(c) वृद्धि अनुवीक्षण में संयुक्त पाँच चरणों की सूची बनाइए। 5

2. निम्नलिखित में प्रत्येक की व्याख्या कीजिए : 5+5+5+5

(a) कार्बोज के “प्रोटीन को अन्य कार्यों के लिए मुक्त करने के कार्य”

(b) पोषक तत्व: क्रिया, अंतः क्रिया और संतुलन

(c) शरीर में जल के कार्य

(d) शरीर में प्रोटीन का पाचन

3. निम्नलिखित के कारण बताइए : 4+4+4+4+4

(a) भोजन का सरल वर्गीकरण उसके पोषक तत्वों के कार्यों पर आधारित है।

(b) लौह तत्व कार्य क्षमता को प्रभावित करता है।

(c) विटामिन ‘ए’ सामान्य दृष्टि बनाए रखने हेतु अति आवश्यक है।

(d) अनाजों -दालों का संयोजन आहार की प्रोटीन गुणवत्ता को बेहतर बनाता है।

(e) गर्भावस्था तथा स्तन्यकाल में ऊर्जा तथा प्रोटीन की प्रस्तावित दैनिक माताएं अतिरिक्त आवश्यकताओं के रूप में दी जाती है।

4. (a) आहार नियोजन क्या है? उचित उदाहरण देते हुए आहार 8
नियोजन के लक्ष्यों का वर्णन कीजिए।

(b) निम्नलिखित वर्गों हेतु कौन से पोषक तत्वों का विशेष महत्व है? उचित तर्क दीजिए। 4+4+4

(i) शैशवकाल

(ii) किशोरी

(iii) वृद्धावस्था

5. (a) खाद्य बजट को प्रभावित करने वाले कारकों की व्याख्या 6
कीजिए।

(b) निम्नलिखित खाद्य पदार्थों को खरीदने के समय आप 3+3+3
किन बिंदुओं का ध्यान रखेंगे?

(i) अनाज तथा मोटे अनाज

(ii) वसा तथा तेल

(iii) फल तथा सब्जियाँ

(c) खाद्य पदार्थों के खराब होने के विभिन्न कारणों का वर्णन 5
कीजिए।

6. (a) निम्नलिखित के कारणों तथा नैदानिक लक्षणों की व्याख्या कीजिए : 4+4+4
- (i) जीरोप्थैलमिया
- (ii) पेलेग्ता
- (iii) रिकेट्स
- (b) निम्नलिखित के आहार प्रबंधन का वर्णन कीजिए : 4+4
- (i) मोटापा
- (ii) उच्च रक्तचाप
7. (a) निम्नलिखित पोषण-संबंधी कार्यक्रमों की मुख्य विशेषताएँ बताइए : 5+5+5
- (i) समन्वित बाल विकास सेवाएँ (आई.सी.डी.एस.)
- (ii) मध्याह्न पोषण कार्यक्रम (MDM)
- (iii) आयोडिन रोग निरोधक कार्यक्रम
- (b) शाला पूर्व बच्चों के पोषण स्तर के निर्धारण हेतु सामान्य रूप से प्रयोग में लाए जाने वाले मानवमितीय मापों की व्याख्या कीजिए। 5
8. निम्नलिखित में से **किन्हीं चार** पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए।
- (a) भोजन परिरक्षण के लिए प्रयोग होने वाले सामान्य तरीके
- (b) व्यस्कों की ऊर्जा आवश्यकताओं का आकलन 5+5+5+5
- (c) कलायखंज
- (d) बच्चों में प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण
- (e) खाद्य पदार्थों के चयन में श्रेणियों, ब्रांड व लेबल की भूमिका